Il giornalino

Numero 1/2011

dell' ASSOCIAZIONE MATERANA DEGLI AMICI DEL CUORE

ONLUS - ADERENTE AL CO.NA.CUORE (d.g.r. 1760 del 03/08/1999)

INFORMAZIONE PREVENZIONE ATTIVITA' SOCIALE CONVEGNISTICA

Poste italiane - Spedizione in A.P. -Art.2 comma 20/C Legge 662/96 - Aut. DCO/DCMT/295/2002 del 03/06/02

Registrato al Tribunale di Matera al n. 195 del 09-05-2002 - Stampato presso la Tipografia Imd Lucana snc - Pisticci

Direttore Responsabile: **Stefano Mele,** nato a Ginosa (TA) il 16-02-1936 -

IBAN: IT 63 P 05256 16101 000000018460 Numero di c/c postale 10348753 Amici del cuore Matera

Via Giolitti 25 tel/fax 0835314390 tel 0835312331 fax 0835314714

www.amicidelcuore.info e-mail: amicidelcuorematera@alice.it **Cod. Fiscale per 5xmille 93019560775**

Cari Amici del cuore,
quest'anno che si è appena concluso ci ha dimostrato per l'ennesina volta che siamo veramente una grandissima associazione. Per merito dei tanti amici che ci vogliono bene e che ci assegnano il loro 5xmille, ma anche, lasciatemelo dire, per l'impegno quotidiano dei numerosi volontari che dedicano una parte del loro tempo alle attività associative.
Registriamo però una notevole riduzione del numero di associati che rinnovano la tessera e che invece puntualmente si presentano a gite, feste ed altre manifestazioni, spesso sottraendo il posto, come è capitato alla festa di Natale, ad altri più corretti associati.

A tale riguardo il Consiglio direttivo ha dovuto prendere una drastica decisione: tutti coloro che non rinnoveranno la tessera nel 2011 non potranno più partecipare alle feste ed alle gite organizzate durante l'anno e naturalmente saranno categoricamente esclusi dalle attività di volontariato e dall'invio del Giornalino.

Il rinnovo della tessera è l'unico modo che hanno gli associati per dimostrarci il loro appoggio, per dire che approvano non solo le finalità dello statuto, ma anche l'operato dei consiglieri, del presidente e di quanti ci dedicano una parte del loro tempo. Non possiamo pensare che 25 euro siano il problema: a pensarci si tratta del costo di un caffè ogni 15 giorni.

A quanti hanno difficoltà a recarsi in banca o alle poste per il versamento offriamo un nuovo servizio: chiamateci e verremo a casa vostra!

- Ottimi risultati sono stati raggiunti dalla vendita delle noci: consumata tutta la scorta di 1500 sacchetti sia durante la manifestazione in piazza Vittorio Veneto che tramite i soliti affezionati amici che lavorano per noi.

- Scarso pubblico ma grandissimo successo scientifico al Convegno di presentazione dei dati dello Screening nelle Scuole medie superiori di Matera che ha visto impegnata la nostra associazione per più di due anni. In questo numero alcuni grafici ed una piccola sintesi di quanto è stato detto, ma

Segue in seconda

Resoconto del convegno

Il Cuore dei giovani materani in cifre

a pagina 8

Rinnovate la tessera per essere, con € 25,00, parte attiva dell'associazione

ci proponiamo di pubblicare a parte tutto il lavoro svolto.

- La festa di Natale è stata un vero successo: 400 ospiti e purtroppo qualche lamentela per i tanti amici che sono rimasti fuori. E' anche per i rimproveri che ci siamo sorbiti che abbiamo preso la decisione di escludere chi non rinnoverà la tessera.

- Appuntatevi questa data: **Domenica 06 Marzo ore 13,00** Festa di Carnevale per i nostri piccini ma anche per noi tutti. Obbligo di vestirsi in maschera.

- Come ogni anno durante la Festa di Natale sono stati premiati i migliori volontari dell'anno: questa volta è toccato al **dottor Andrea Sacco**, Primario del reparto di Medicina dell'Ospedale Madonna delle Grazie ed alla **dottoressa Maria Cristina Mencoboni**, Primario del reparto di Pediatria ed inoltre al **signor Francesco Rafaele**, tecnico di apparecchiature elettro-medicali. Un nuovo gemellaggio è stato sancito con **l'AEOP (associazione europea degli operatori di Polizia)** con i quali stiamo preparando (e a tempo debito ve ne daremo notizia) un progetto di assistenza domiciliare ai pazienti affetti da scompenso cronico.

ASSEMBLEA ORDINARIA

Ai signori soci - Loro sedi

Oggetto: convocazione Assemblea Ordinaria

Ti invito a partecipare **all'Assemblea Ordinaria** indetta in prima convocazione per il giorno Giovedi 14 Aprile 2011 alle ore 23,59 presso la Sede dell'Associazione in via Giolitti 25 Matera ed in seconda convocazione presso la stessa sede il **giorno Venerdi 15 Aprile 2011 alle ore 17,30,** per deliberare sul seguente

ORDINE DEL GIORNO

1- Relazione del Presidente sull'attività svolta nell'anno 2010
2- Approvazione del bilancio consuntivo del 2010
3- Nomina del nuovo Consiglio Direttivo

Data la rilevanza fondamentale degli argomenti, ti prego vivamente di non mancare

IL PRESIDENTE
Dottor Luigi Bradascio

DELEGA

Il sottoscritto……impossibilitato a prendere parte

all'Assemblea Ordinaria, indetta per il giorno……..dall'Associazione materana degli Amici del

cuore, delega il signor……..

a rappresentarlo per tutte le decisioni da assumere, ritenendo sin da ora per rate e ferme le scelte da lui operate.

Matera……

_____
(Firma del delegante)

ASSOCIAZIONE MATERANA
AMICI DEL CUORE
ONLUS

Via Giolitti n. 25 – 75100 MATERA

BILANCIO CONSUNTIVO AL 31/12/010

Pag.	*DESCRIZIONE*	*ATTIVO*	*PASSIVO*
1	*Bilancio di apertura : Disponibilità al 31/12/2009* *C/C Bancario BPM …… 56,76* *BPB …… 823,59* *C/C Postale …… 212,41* *Cassa contanti …… 601,00* *Ratei x impegni …… 3.600,00*	*5.293,76*	
1	*Bollette : Acqua* *Energia Elettrica* *Riscaldamento –GAS -* *Telefonia*		*1.939,83*
2	*Competenze Bancarie*		*309,91*
2/3	*Competenze Postali*	*0,86*	*69,80*
3	*Contributi e donazioni varie*	*6.115,73*	
1	*Erogazione contributi – bambini albanesi -*		*565,85*
4	*Imposte e tasse diverse*		*131,35*
6	*Spese per convegni –*		*982,96*
5	*Soci conto Anticipi*	*600,00*	*600,00*
4	*Iscrizioni e abbonamenti (CSV Basilicata e Conacuore)*		*225,00*
5	*Spese x affrancature postali*		*966,69*
3	***Cinque x mille anno 2007***	*19.766,95*	
4	*Spese x Missioni*		*752,71*
6	*Spese relative alla sede sociale*		*7.495,10*
4	*Stampa " GIORNALINO "*		*3.759,60*
2	*Stampati e cancelleria*		*764,31*
6	*Spese per volontariato*		*312,00*
1/2	*Campagna NOCI SALVACUORE " 2009/2010*	*4.396,00*	*1.045,41*
5	*Quote associative*	*4.485,00*	
6	*Ratei Passivi-impegno noci salvacuore+fitti,bollette varie,ecc*		*14.900,00*
	SUB TOTALI	*40.658,30*	*34.820,52*
	Saldo disponibile a pareggio al 31/12/2010 *Cassa € 51,69* *C/c postale 382,26* *C/c BP Bari 4.953,40* *C/c BP Mezz.(-ratei) 450,43*		*5.837,78*
	TOTALI GEN. COME DA REGISTRO	*40.658,30*	*40.658,30*

IL TESORIERE

Nicola Cristallo

Matera 15/01/2011

Lavarsi i denti è meglio di uno stent

Da molti anni i dentisti raccomandano l'igiene orale; mentre i costruttori di dentifrici, spazzolini e quant'altro ci inseguono con prodotti sempre più perfetti e invitanti.
Sembrava una propaganda pro domo sua e per un alito migliore.

Ma poi sono arrivati i patologi, i quali hanno scoperto che le infezioni paradentarie, più facili in coloro che non si lavano i denti, possono creare una reazione più generale, addirittura nell'intima
delle nostre arterie.

Lo si è capito meglio quando s'è visto che gli eventi cardiovascolari (angina, infarti e altro) ed anche certi marker infiammatori del sangue incidono maggiormente in chi non cura l'igiene della bocca.
L'ultima constatazione ci viene dalla Scozia (BMJ 2010;340:C2451) dove circa 12,000 soggetti cinquantenni sono stati seguiti per otto anni, classificandoli in coloro che si lavavano i denti una volta al giorno, due volte, raramente o mai, e hanno confermato che la scarsa igiene aumenta il rischio di eventi cardiovascolari.
Le spiegazioni sul piano fisiopatologico non sono ben chiare, ci si deve arrampicare sull'immunità e su reazioni del nostro organismo molto complicate. Per ora ci bastino i dati epidemiologici, che ci fanno intravedere meno coronarie ed altri vasi bisognosi di aiuto, e affidiamoci al nostro dentista.

Eligio Piccolo da "Cuore e salute" n.10/11/12 2010

Statine Superstar

Le statine, farmaci ipocolesterolemizzanti che hanno ampiamente mostrato la capacità di ridurre morbilità e mortalità da cardiopatia ischemica sia in prevenzione primaria che secondaria e sia negli ipercolesterolemici che nei soggetti con colesterolemia nella norma, sembrano avviate a rivestire, con meccanismi non ancora completamente compresi, un ruolo di primo piano anche nella terapia di altre patologie quali quelle neurologiche e tumorali.

In ambito neurologico vi sono infatti iniziali evidenze a supporto della sicurezza e dell'efficacia dell'utilizzo delle statine nella terapia non solamente dell'ictus ma anche di vari altri disturbi neurologici come la malattia di Alzheimer, il morbo di Parkinson, la sclerosi multipla ed alcuni tumori cerebrali primitivi.

In campo oncologico ad un precedente studio caso-controllo pubblicato nel 2005 in cui l'uso delle statine era associato ad una riduzione relativa del 47% del rischio di neoplasie del colon e del retto si affiancano i dati recentemente pubblicati dalla Duke University relativi a 1.319 uomini sottoposti a prostatectomia radicale per tumore della prostata.

Il 18% dei pazienti di questa casistica assumeva statine al momento dell'intervento chirurgico e l'utilizzo di tali farmaci ha comportato una riduzione del 30% del rischio di recidiva biochimica della neoplasia.

Ad integrazione di quanto detto segnaliamo inoltre i risultati di uno studio israeliano pubblicato nello scorso mese di settembre sulla rivista PLOS Medicine, che sembrerebbe aprire un'ulteriore campo di azione per questi farmaci.

Infatti valutando, sia pure retrospettivamente, più di 2oo.ooo soggetti gli autori hanno evidenziato una significativa associazione tra la terapia con statine e la riduzione dei rischio di comparsa di artrite reumatoide.

Come si è soliti dire, ulteriori studi dovranno comunque confermare tali risultati!

In conclusione, quindi, se tali dati dovessero trovare ulteriore conferma potrebbe essere a ragione associato alle statine il celebre slogan della nostra televisione di stato: statine, di tutto di più!

Non far mancare il tuo contributo al:

5 x 1 ❤❤❤

scrivi

9301956O775

.... durante la festa

La senatrice Maria Antezza premia il dottor Andrea Sacco, Primario del reparto di Medicina per il lavoro di volontariato svolto a favore dei piccoli disabili trattati in anestesia generale dai volontari dell'associazione "Dalla parte dell'Handicap"

Il dottor Paolo Chieco assegna la targa di Socio onorario degli Amici del cuore, massima onorificenza della nostra associazione, alla dr.ssa M.C. Mencoboni per la disponibilità verso i piccoli albanesi assistiti dall'Associazione e per la competenza e la professionalità dimostrata in occasione della elaborazione e presentazione dei dati dello screening "Cuore giovane".

Il dottor Enrico Calabrese, esperto chirurgo odontoiatrico, volontario dell'associazione "Dalla parte dell'Handicap", premia il signor Francesco Rafaele, tecnico di apparecchiature medicali, per il suo impegno e la sua dedizione a favore dei piccoli disabili psico-fisici assistiti in anestesia generale.

Una piccola donazione, un grande gesto di solidarietà agli amici dell'associazione "Accoglienza senza frontiere", che si occupa di trasferire a Matera per un periodo di elioterapia i giovani bielorussi colpiti dalle radiazioni dall'incidente di Chernobyl.

La senatrice Maria Antezza consegna la targa di Socio onorario al presidente dell'AEOP (Associazione europea degli operatori di Polizia) signor Stefano Zeni con il quale stiamo avviando un progetto di assistenza domiciliare ai pazienti affetti da scompenso cronico.

La Festa di Natale, una grande o

Una faccia perplessa

Si apron

I ragazzi del villaggio del fanciullo ed i nostri regali

Una moviment

La coppia più bella del mondo

Qualcuno se l'è presa como

ccasione di amicizia e solidarietà

o le danze...

Due belle facce rotonde

tata quadriglia

Allegria con gli Ambasciatori lucani

oda

Qualcuno ha esagerato con il gelato

Il Cuore dei giovani materani in cifre

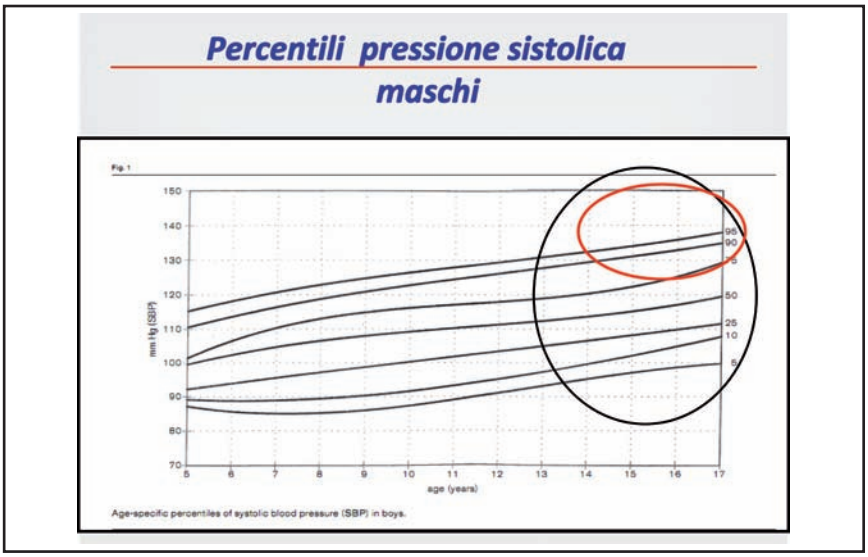
Sintesi della relazione della dottoressa Maria Cristina Mencoboni, primario del reparto di Pediatria dell'Ospedale Madonna delle Grazie di Matera, al convegno di presentazione del Progetto Cuore Giovane dell'Associazione materana degli Amici del cuore il 26 Novembre 2010.

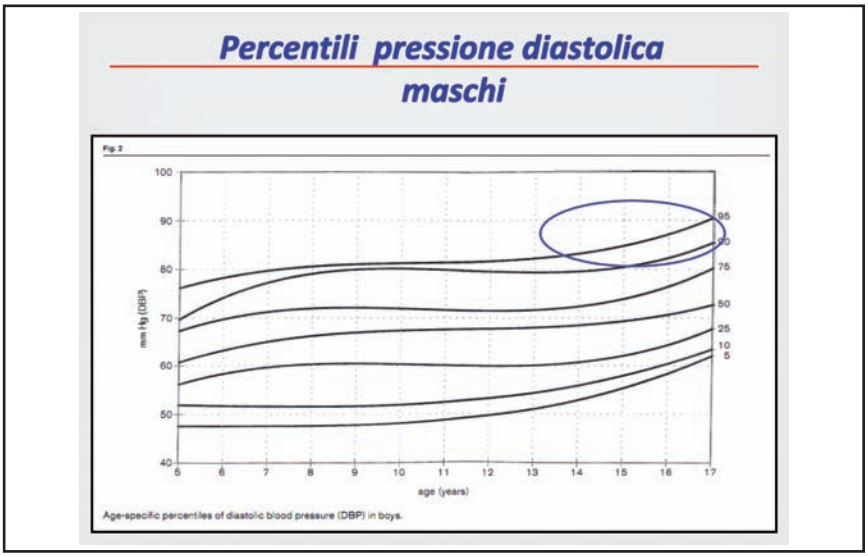
- *Le malattie cardio-vascolari rappresentano la causa di morte più frequente nei Paesi occidentali: esse si manifestano soprattutto in età adulta, ma è ormai dimostrato che il processo aterosclerotico inizia sin dai primi anni di vita e progredisce anno dopo anno: a nche in Italia sono la prima causa di morte .*
- *Non vi è dubbio che in questo processo è presente una forte componente genetica, che è alla base della suscettibilità individuale, ma i fattori ambientali, come la dieta, l'attività fisica ed il fumo sono ugualmente importanti nel determinare il decorso della malattia.*
- *In Italia la prevalenza del sovrappeso/ obesità in età pediatrica risulta essere il più elevato d'Europa (fino al 35%) come riportato dall'International Obesity Task Force del 2004. Fattori associati:ipertensione, diabete , dislipidemia, iperinsulinemia (sindrome metabolica)*
- *Ampi studi autoptici e altrettanto ampi studi epidemiologici (Bogalusa Heart Study) hanno dimostrato che il processo aterosclerotico inizia nel bambino Lo studio ha dimostrato in modo inequivocabile che esiste un diretto rapporto tra i tassi del colesterolo LDL, ipertensione, obesità e l'estensione delle strie grasse nell'aorta.*

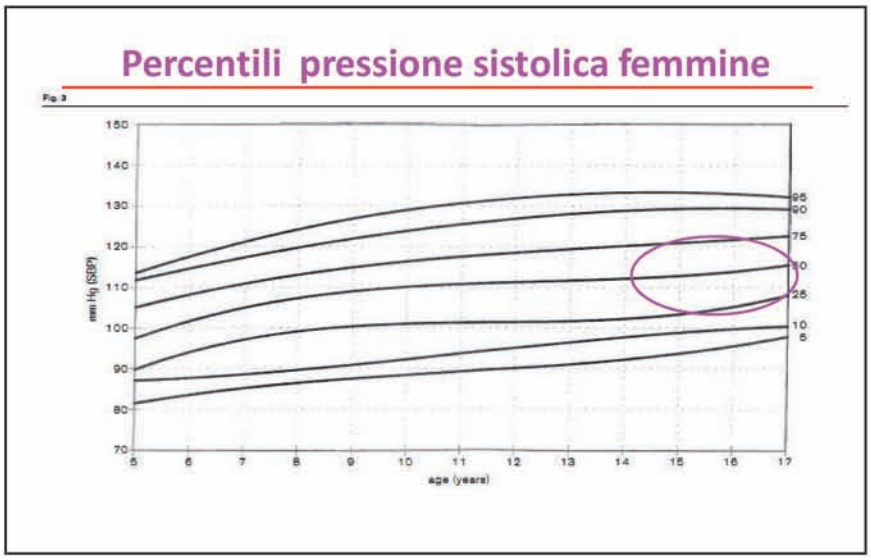
- *Il Progetto "Un cuore giovane" sviluppato a Matera nell'arco di circa due anni dai volontari dell'associazione materana degli Amici del cuore, da alcuni Medici di medicina generale e da alcuni cardiologi dell'ospedale di Matera, ha coinvolto poco meno di 3.600 studenti di tutte le Scuole medie superiori della città: per la precisione* ***3577 adolescenti di età compresa tra i 14 e i 18 anni,***
- ***1821 maschi e 1756 femmine (****I limiti di riferimento sono compresi tra il 3° ed il 97° percentile).*

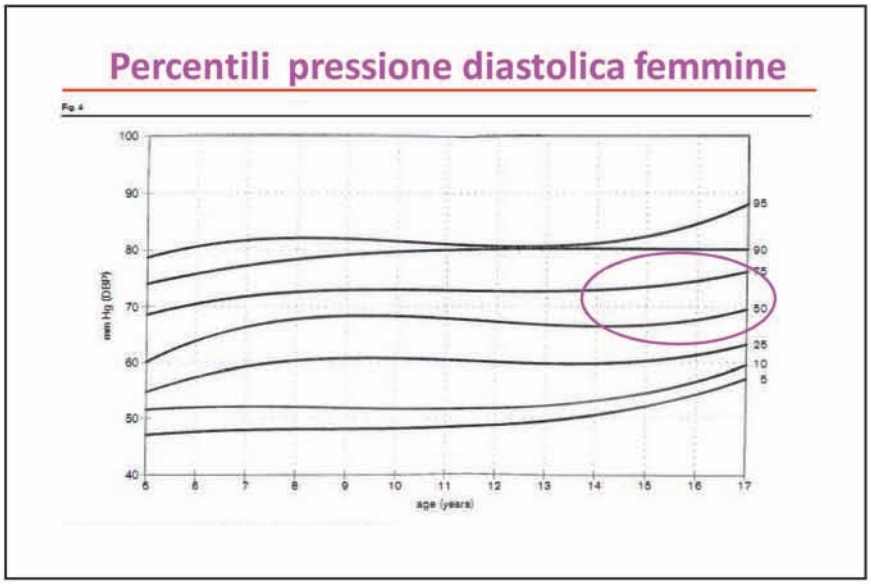
Il grande numero di soggetti coinvolti rende tale progetto particolarmente affidabile da un punto di vista epidemiologico e finalmente mette a disposizione di pediatri e medici meridionali dei riferimenti percentili di giovani del sud. Dopo una prima fase di raccolta del consenso e di spiegazione del progetto i volontari ed i medici dell'associazione hanno prelevato una goccia di sangue dal dito medio e misurato Colesterolemia e Glicemia con apparecchiature automatiche.
Hanno poi rilevato la pressione arteriosa sistolica e diastolica, l'altezza ed il peso per il calcola dell'Indice di Massa Corporea. Se necessario sono stati allertati i rispettivi Medici di famiglia per ulteriori indagini.
I dati ottenuti sono stati elaborati dal Servizio Informatico dell'Istituto IRCCS Burlo Garofalo di Trieste, in particolare dott.ssa M.Montico.

PRESSIONE ARTERIOSA









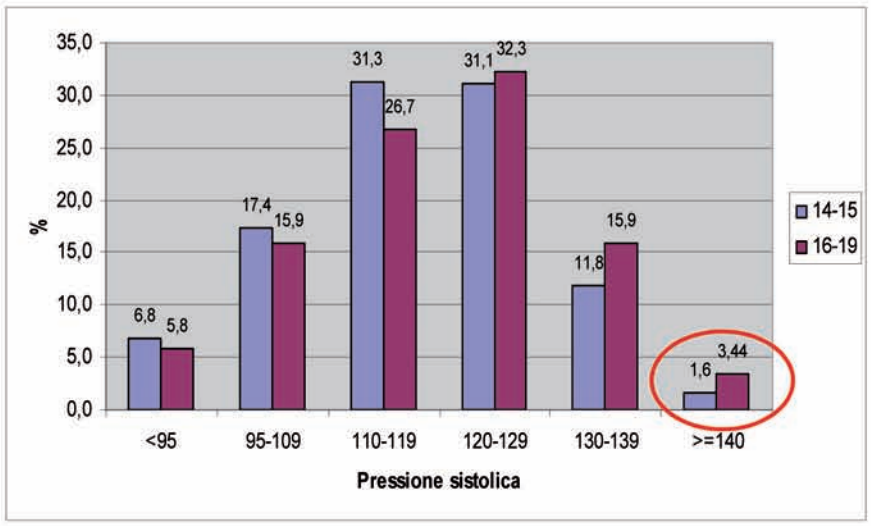
Commento

- Valori di PA sistolica > a 99 °p: 1.6% - 3.44% dei soggetti studiati

- Valori di PA diastolica > al 99°: 0.6-1.5% dei soggetti esaminati

- Ci sono lievi differenze fra le due classi di età con valori più elevati nella popolazione tra i 16 e i 18 anni

- L' analisi per sesso ha rilevato differenze non significative tra maschi e femmine



PERCENTUALE DI SOGGETTI SUDDIVISI PER FASCIA DI PRESSIONE SISTOLICA PER ETà

La pressione sistolica varia da un minimo di 80 a un massimo di 192

COLESTEROLEMIA

Percentili di colesterolemia

Tab 3 Distribuzione dei lipidi e delle lipoproteine in soggetti di età tra 5 e 19 anni
Committee on Nutrition. *Lipid screening and cardiovascular health in childhood*. Pediatrics 2008

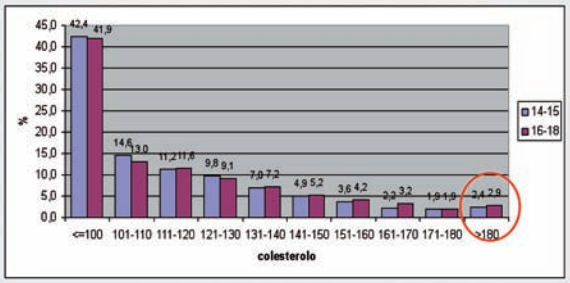
	Maschi			Femmine		
	5-9 anni	10-14 anni	15-19 anni	5-9 anni	10-14 anni	15-19 anni
Colesterolo Tot., mg/dL						
50° Percentile	153	161	152	164	159	157
75 ° Percentile	168	173	168	177	171	176
90 ° Percentile	183	191	183	189	191	198
95 ° Percentile	186	201	191	197	205	208
Trigliceridi, mg/dL						
50° Percentile	48	58	68	57	68	64
75 ° Percentile	58	74	88	74	85	85
90 ° Percentile	70	94	125	103	104	112
95 ° Percentile	85	111	143	120	120	126

Risultati dello studio

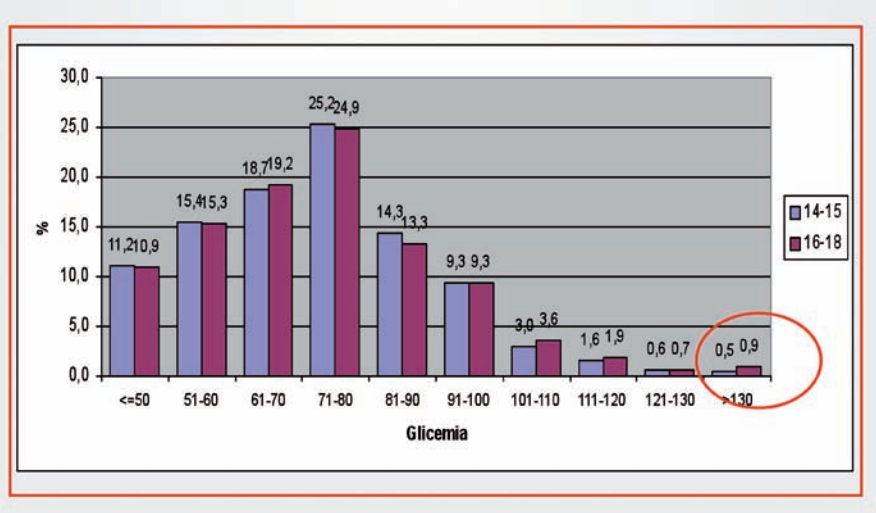
- *Il valore del colesterolo non varia con l'età e le medie sono molto vicine tra loro .*

età	media	Dev.st.	Min	max
14-15	117	25	90	270
16-18	118.3	23.7	76	268

Valori rilevati nella popolazione studiata



GLICEMIA



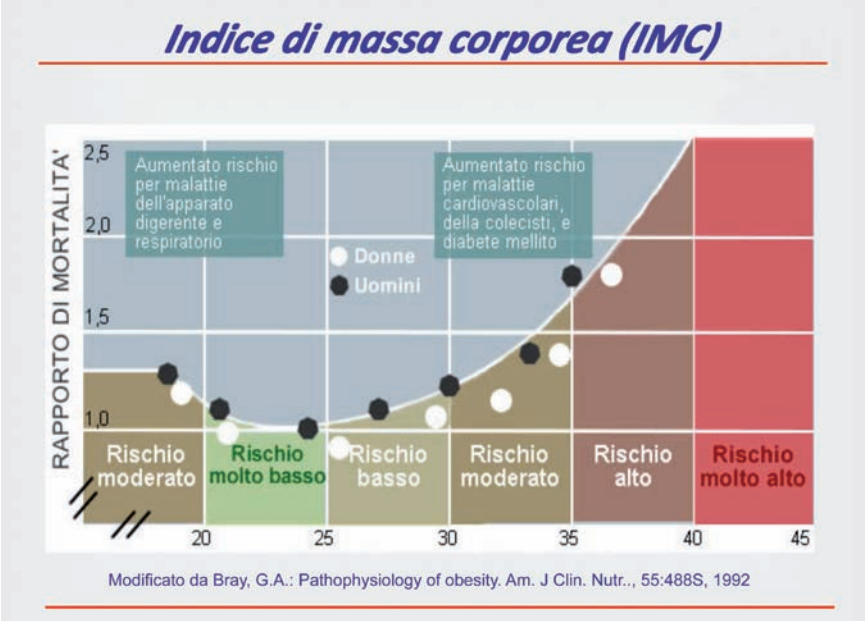
Si ritiene normale la glicemia fino al valore di 110 mg/dl, a digiuno.

- i valori compresi fra 110 e 125 definiscono la condizione di alterata glicemia a digiuno (IFG).
- Valori di glicemia uguali o superiori a 126 mg/dl sono sufficienti secondo l'*American Diabetes Association* a porre diagnosi di diabete

RISULTATI DEL NOSTRO CAMPIONE

- **Valore minimo: 20mg/dl Max : 165mg/dl**
- **Non vi sono differenze tra le varie età**
- **>70% dei ragazzi di entrambi i gruppi esaminati ha glicemia inferiore o pari a 80mg/dl**
- **0.6% dei ragazzi di entrambi i gruppi ha glicemia superiore a 120 mg/dl**
- **0.7 % di ragazzi ha una glicemia superiore a 130 mg/dl (necessari controlli)**

IMC



IMC = massa corporea (Kg) / statura (m2)

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, L'IMC individua 4 categorie di soggetti:

- ***sottopeso (IMC al di sotto di 19)***
- ***normopeso (IMC compreso tra 19 e 24)***
- ***sovrappeso (IMC compreso tra 25 e 30)***
- ***obeso (IMC al di sopra di 30)***
- ***Ma in età pediatrica si valutano i percentili: chi si colloca tra il 75° e il 95°percentile è in sovrappeso ;***
- ***chi è oltre il 95°percentile è obeso.***

Risultati

	Età : 14-15	Età: 16-18
IMC	%	%
<15	0.5	0
15-19,9	32,2	23,6
20-24,9	49,2	55,1
25-29,9	13,9	19,4
30-34,9	2,4	1,8
≥ 35	1,8	0,1

CONSIDERAZONI CONCLUSIVE

Lo studio ha messo in evidenza:

- ***Livelli di ipertensione sistolica dal 1.6 al 3.4% e diastolica nel 1% delle due fasce di età della popolazione studiata senza distinzione di sesso (1-3%)***
- ***Livelli di colesterolemia elevati da 2.4 a 2.9% per fascia di età senza distinzione di sesso (USA 17%)***
- ***Livelli di glicemia elevata solo nello 0.5 -0.9% dei ragazzi a seconda della fascia***
- ***IMC elevato in una percentuale di soggetti variabile dal 18 al 21.3 % (a seconda della fascia di età) e significativamente maggiore nel sesso femminile (simile alla media nazionale)***

Domenica 6 Marzo 2011

ore 13,00

Villa Schiuma

Grande Festa di

CARNEVALE

degli Amici del Cuore

Per partecipare, al costo di € 45,00, prenotare ai numeri

0835312331 Mariella

3395817490 Paolo

3283032103 Nicola

Festa di Carnevale per i nostri piccini ma anche per noi tutti.

Obbligo di vestirsi in maschera.